

ACTIVIDADES MAYORES 2023

Encuentro Municipal con personas de edad 2023

La Asamblea General de la ONU proclamó en 1990 el Día Internacional de las Personas de Edad. Se celebra el 1 de octubre de cada año, con el objetivo de reconocer el importante papel que tienen las personas mayores en sus familias, comunidades y sociedades y de reconocer además la contribución de los adultos mayores al desarrollo humano y económico, así como resaltar las oportunidades y los retos asociados al envejecimiento.

Desde los Servicios Sociales Comunitarios nos unimos cada año a esta celebración realizando actividades propuestas para las personas mayores con las que trabajamos.

[Ampliar imagen](#)



Este año lo celebramos el martes 3 de octubre en el Edificio Miller, en Santa Catalina a partir de las 10:00 h.

Los protagonistas son las personas mayores. Nos mostrarán su experiencia de participación en diferentes actividades. Se realizará una charla con Elsa Punset "Propuestas para el envejecimiento activo de las Personas Mayores" y nos deleitarán con baile y música con el grupo "Los 600". En mitad del acto ofreceremos un pic-nic a los asistentes

[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



Actividades Programadas 2023

**- INSCRIPCIONES CERRADAS -
TALLER DE LENGUAJE ADMINISTRATIVO**

Adquirir los conocimientos básicos del lenguaje administrativo relacionado con trámites que se efectúan a través de internet.

Lugar y fechas de celebración de cada Centro Municipal de Servicios Sociales

ISLETA - PUERTO - GUANARTEME

Lugar: Centro de Mayores
Días: 04, 11, 15, 18 de diciembre
Horario: 10 a 12h

CIUDAD ALTA

Lugar: Centro Cívico La Ballena
Días: 04, 11, 15, 18 diciembre
Horario: 10 a 12h

* También participa población general atendida en el CMSS

CENTRO

Lugar: Salón de actos del Centro de Miller Bajo
Días: 28 noviembre; 05, 12, 13, 19, 20 diciembre
Horario: 09:30 a 10:30h

TAMARACEITE - SAN LORENZO - TENOYA

Lugar: Colegio Adán del Castillo
Días: 11, 18, 19 diciembre
Horario: 10:30 a 12:30h

* Participan además mujeres de reparto de alimentos y población general atendida en el CMSS



TALLER DE RECETAS SALUDABLES

Adquirir los conocimientos básicos para elaborar menús saludables y conocer los nutrientes que aporta cada alimento, a fin de aplicarlo a su vida diaria, para que puedan conseguir un estilo de vida más saludable

Lugar y fechas de celebración de cada Centro Municipal de Servicios Sociales

ISLETA - PUERTO - GUANARTEME

Lugar: Club Victoria y Biblioteca de La Isleta
Días: 04, 11 15 y 18 diciembre
Horario: 10 a 12h

CIUDAD ALTA

Lugar: Centro Cívico La Ballena
Días: 7 y 24 noviembre; 01, 12, 15, 20 diciembre
Horario: 10 a 12h

* También participa población general atendida en el CMSS

CENTRO

Lugar: Salón de actos del Centro de Miller Bajo
Días: 22, 24,28, 29 noviembre; 12, 13 diciembre
Horario: 11:30 a 12:30h

TAMARACEITE - SAN LORENZO - TENOYA

Lugar: Colegio Adán del Castillo
 Días: 20, 21, 22 diciembre
 Horario: 10:30 a 12:30h

**YOGA**

Consiste en la realización de talleres que permitan un manejo adecuado de las posturas físicas y de la respiración, desarrollando la conciencia corporal para mejorar la expresión, la concentración y la atención

Lugar y fechas de celebración de cada Centro Municipal de Servicios Sociales

ISLETA - PUERTO - GUANARTEME

Lugar: Centro Milarepa Isleta
 Días: 9 noviembre; 13, 20 diciembre; 10, 17, 24 enero
 Horario: 10 a 11h

CIUDAD ALTA

Lugar: Centro Cívico La Ballena
 Días: 21 y 28 noviembre; 05, 12, 19 diciembre; 09, 16, 23, 30 enero
 Horario: 11 a 12h

CENTRO

Lugar: Salón de actos del Centro de Miller Bajo
 Días: 17 noviembre; 01, 15, 22, 29 diciembre; 05, 12, 19, 26, 31 enero
 Horario: 11:30 a 12:30h

TAMARACEITE - SAN LORENZO - TENOYA

Lugar: Pabellón San Gabriel
 Días: 17 noviembre; 01, 15, 22, 29 diciembre; 05, 12, 19 enero
 Horario: 10:30 a 12:30h
 Lugar: Centro Mayores Félix García
 Días: 27 noviembre; 04, 11, 18 diciembre; 05, 15, 22, 29 enero



- ACTIVIDADES FINALIZADAS REALIZADAS EN 2023 POR CENTRO MUNICIPAL DE SERVICIOS SOCIALES -

CENTRO MUNICIPAL DE SERVICIOS SOCIALES DE DISTRITO CENTRO

Senderismo

Fechas: 11 y 25 octubre
08, 15, 20 y 29 noviembre

Paseos Culturales

Lunes y Jueves de 9:00 a 13:00h
Julio y Septiembre
Participantes: 30

Paseo para la Salud

Lunes y Jueves de 9:15 a 12:00h
Julio y Septiembre
Participantes: 35

Ludoteca de Verano

Lunes a Viernes de 09:30 a 12:30h
1 semana en julio
Participantes: 20

Rutas Culturales Guiadas

Horario: 09:00 a 14:00h.
Quincenal. Julio y Septiembre
Participantes: 53 en cada ruta

CENTRO MUNICIPAL DE SERVICIOS SOCIALES DE DISTRITO
TAMARACEITE - SAN LORENZO - TENOYA

Coaching con caballos

Lugar: Arucas

Fecha: 23 noviembre de 10:00 a 14:00h

Senderismo

Fechas: 31 de octubre

09, 10, 14 de noviembre

Paseos en Triciclo

Horario: 08:00 a 14:00h

30 junio, 1º quincena julio, 1º y 2º semana septiembre

Participantes: 40 (10 por salida)

Encuentros Participativos

Horario: 10:00 a 12:00h

Julio

Participantes: 10

Eventos Culturales

Horario: 18:00 a 21:00h

1 en Julio y 1 en Agosto

Participantes: 40

Salidas lúdicas, culturales y medioambientales

Horario: 09:00 a 17:00h

Julio y Agosto

Participantes: 40

Gerontogimnasia

Miércoles de 10:00 a 11:00h

Septiembre

Participantes: 40

CENTRO MUNICIPAL DE SERVICIOS SOCIALES DE DISTRITO CIUDAD ALTA

Coaching con caballos

Lugar: Arucas

Fecha: 14 de diciembre de 10:00 a 14:00h

Senderismo

Fechas: 05, 11, 16, 19, 25, 26 de octubre

02, 08, 10, 11, 15, 20, 21, 30 de noviembre

Paseos en Triciclo

Horario: 09:00 a 14:00h

20 y 27 de Julio - 3 y 10 de Agosto

Participantes: 40 (10 por salida)

3 Rutas Culturales

Horario: 09:00 a 18:00h
8 Agosto, 21 y 28 Septiembre
Participantes: 165

Senderismo

Horario: 09:30 a 13:00h
26 de Septiembre
Participantes: 30

Gerontogimnasia

Horario: 12:00 a 13:00h
Mes de Septiembre
Participantes: 20

CENTRO MUNICIPAL DE SERVICIOS SOCIALES DE DISTRITO ISLETA
PUERTO GUANARTEME

Senderismo

Fechas: 18, 30 de octubre
08, 20 de noviembre

Visitas Culturales

Horario: 09:00 a 13:30h
Agosto y Septiembre
Participantes: 35

"Poniendo en forma nuestra mente"

Horario: Sesión semanal de 10:00 a 11:30h
Agosto y Septiembre
Participantes: 15

Gerontogimnasia

Horario: Sesión semanal de 10:30 a 11:15h
Septiembre
Participantes: 20

[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)



[Ampliar imagen](#)

